

## PENYULUHAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PADA BAYI

*Ririn Probawati, Sestu Retno, Monika S, Mumpuni*

Pengajar STIKES PEMKAB JOMBANG

### Abstrak

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar jika sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan anak seusianya. Anak yang sehat biasanya mampu belajar dengan baik. Makan bagi manusia merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi untuk dapat mempertahankan hidup serta menjalankan kehidupan.

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi Dosen Keperawatan Stikes Pemkab Jombang.

Hasil dari penelitian ini adalah sebagai wadah akademisi kesehatan untuk ikut berpartisipasi dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat terutama pada anak.

### PENDAHULUAN

Anak yang sehat akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang normal dan wajar jika sesuai standar pertumbuhan fisik anak pada umumnya dan memiliki kemampuan anak seusianya. Anak yang sehat biasanya mampu belajar dengan baik. Makan bagi manusia merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi untuk dapat mempertahankan hidup serta menjalankan kehidupan. Makan diperlukan untuk memperoleh zat gizi yang cukup untuk kelangsungan hidup, pemulihan kesehatan sesudah sakit, aktivitas, pertumbuhan dan perkembangan. Untuk seorang anak, makan dapat dijadikan media untuk mendidik anak supaya dapat menerima, menyukai, memilih makanan yang baik, juga menentukan jumlah makanan yang cukup dan bermutu.

Makanan bayi yang sehat adalah

makanan yang dibuat sendiri di rumah atau home made. Makanan home made untuk bayi lebih terjamin kebersihannya, tanpa tambahan bahan pangan lainnya dan lebih banyak variasinya karena kita sendiri yang membuat. Bayi berusia 6 bulan bisa diberikan makanan bayi usia 6 bulan dari bubur halus. Pada awal pemberian sebaiknya berikan makanan bayi usia 6 bulan dari bubur yang encer karena bayi sudah terbiasa untuk mengonsumsi ASI sebelumnya. Kemudian tekstur makanan bayi usia 6 bulan dari bubur bisa dibuat semakin kental sesuai pertambahan usianya.

Makanan diberikan sedikit demi sedikit pada saat pertama pemberian agar bayi terbiasa dengan rasa dan teksturnya. Jumlah pemberian makanannya bisa ditambah seiring dengan pertambahan usia bayi.

## **TUJUAN KEGIATAN**

1. Sebagai bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi Dosen Keperawatan Stikes Pemkab Jombang.
2. Sebagai tempat mengaplikasikan ilmu Keperawatan Anak
3. Meningkatkan pengetahuan anak tentang makanan pendamping pada anak

## **MANFAAT KEGIATAN**

1. Wadah akademisi kesehatan untuk ikut berpartisipasi dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat terutama pada anak.
2. Sarana untuk mengembangkan ilmu pengetahuan keperawatan anak.

## **SASARAN KEGIATAN**

Sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Ibu-ibu yang memiliki anak usia 6-12 bulan yang berada di alun-alun Kabupaten Jombang

## **PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang makanan tambahan pada bayi. Makanan bayi yang sehat adalah makanan yang dibuat sendiri di rumah atau home made. Makanan home made untuk bayi lebih

terjamin kebersihannya, tanpa tambahan bahan pangan lainnya dan lebih banyak variasinya karena kita sendiri yang membuat. Bayi berusia 6 bulan bisa diberikan makanan bayi usia 6 bulan dari bubur halus. Pada awal pemberian sebaiknya berikan makanan bayi usia 6 bulan dari bubur yang encer karena bayi sudah terbiasa untuk mengonsumsi ASI sebelumnya. Kemudian tekstur makanan bayi usia 6 bulan dari bubur bisa dibuat semakin kental sesuai pertambahan usianya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Depkes RI, *Peningkatan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif Bagi Bayi*. Dirjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu Anak. Jakarta. 2011

Jusup, Lenny. *Makanan Peningkat Daya Tahan Tubuh Bayi dan Balita*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2010. h.13- 14

Suhardjo. *Pemberian Makanan pada Bayi dan Anak*. Yogyakarta: Kanisius. 2010.

Yuliarti, Nurheti. *Keajaiban ASI*. Yogyakarta: Andi Offset. 2010.

Safitri, D. *Prinsip Pemberian MP-ASI*. Jakarta: Puspa Swara, 2007